Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años **Lugar:** Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

A. Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- [x] Pan Blanco
- [ ] Pan de queso horneado
- [ ] Galleta dulce sin relleno
- [ ] Croissant, de queso, horneado.
- [x] Galletas de soda
- [ ] Mojicón, horneado.
- [x] Galletas dulces sin relleno
- [x] Mantecada horneada
- [ ] Arepa
- [ ] Tungo o envuelto
- [ ] Pan de yuca
- [ ] Tostada integral
- [ ] Almojábana
- [ ] Arepa delgada de maíz blanco trillado
- [ ] Arepa redonda de maíz blanco trillado
- [ ] Arroz blanco, cocido
- [ ] Arroz integral, cocido
- [ ] Avena en hojuelas
- [ ] Cebada perlada cocida
- [ ] Arroz sopero
- [ ] Hojuelas de maíz
- [ ] Crispetas - Maíz pira
- [ ] Galletas integrales
- [x] Galletas con sabor a queso
- [x] Galletas sandwich de chocolate
- [ ] Galletas tipo wafer
- [x] Cucas
- [ ] Harina de arroz blanco
- [ ] Pasta corta, cocida
- [ ] Pan integral
- [x] Tostada integral
- [ ] Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- [ ] Ñame sin cáscara cocido
- [ ] Yuca blanca cruda
- [ ] Batata cocida sin cáscara
- [ ] Cereal en aros
- [ ] Papa común cocida
- [ ] Papa criolla cocida
- [ ] Harina de plátano
- [ ] Plátano verde sin cáscara
- [ ] Plátano colí o guineo crudo
- [ ] Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- [ ] Cuchuco de cebada
- [ ] Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- [ ] Banano común
- [ ] Borojó
- [ ] Chirimoya
- [ ] Chontaduro
- [ ] Ciruela comú
- [ ] Curuba
- [ ] Feijoa
- [ ] Fresas
- [ ] Granadilla
- [ ] Guanábana
- [ ] Guayaba común
- [ ] Higo
- [ ] Kiwi
- [ ] Arveja verde
- [ ] Ahuyama
- [ ] Cebolla cabezona
- [x] Mandarina
- [x] Mango
- [x] Manzana
- [ ] Maracuyá
- [ ] Melón
- [ ] Moras
- [ ] Naranja
- [ ] Papaya
- [ ] Pera
- [ ] Piña
- [ ] Tomate de árbol
- [ ] Zapote
- [ ] Lulo jugo
- [ ] Pimentón
- [x] Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- [ ] Leche
- [x] Yogurt
- [ ] Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- [ ] Atún enlatado en aceite*
- [ ] Atún enlatado en agua*
- [ ] Carne de res
- [ ] Carne de cerdo
- [ ] Carne de ternera
- [ ] Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- [ ] Filete de trucha
- [ ] Huevo de gallina crudo*
- [ ] Frijol blanco, crudo**
- [ ] Frijol bola roja, crudo**
- [ ] Frijol cargamanto rosado, crudo**
- [ ] Frijol radical, crudo**
- [ ] Garbanzo, crudo**
- [ ] Lenteja común, cruda**
- [ ] Arveja verde seca**
- [ ] Arveja amarilla seca**
- [ ] Almendras
- [ ] Marañon tostado sin sal
- [x] Maní tostado
- [ ] Sacha Inchi
- [x] Frijol cargamanto rojo, crudo**
- [ ] Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

(A.) Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- [x] Pan Blanco
- [ ] Pan de queso horneado
- [ ] Galleta dulce sin relleno
- [ ] Croissant, de queso, horneado.
- [ ] Galletas de soda
- [ ] Mojicón, horneado.
- [ ] Galletas dulces sin relleno
- [ ] Mantecada horneada
- [ ] Arepa
- [ ] Tungo o envuelto
- [ ] Pan de yuca
- [ ] Tostada integral
- [ ] Almojábana
- [ ] Arepa delgada de maíz blanco trillado
- [ ] Arepa redonda de maíz blanco trillado
- [ ] Arroz blanco, cocido
- [ ] Arroz integral, cocido
- [ ] Avena en hojuelas
- [ ] Cebada perlada cocida
- [ ] Arroz sopero
- [ ] Hojuelas de maíz
- [ ] Crispetas - Maíz pira
- [x] Galletas integrales
- [x] Galletas con sabor a queso
- [x] Galletas sandwich de chocolate
- [ ] Galletas tipo wafer
- [x] Cucas
- [ ] Harina de arroz blanco
- [ ] Pasta corta, cocida
- [ ] Pan integral
- [ ] Tostada integral
- [ ] Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- [ ] Ñame sin cáscara cocido
- [ ] Yuca blanca cruda
- [ ] Batata cocida sin cáscara
- [ ] Cereal en aros
- [ ] Papa común cocida
- [ ] Papa criolla cocida
- [ ] Harina de plátano
- [ ] Plátano verde sin cáscara
- [ ] Plátano colí o guineo crudo
- [ ] Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- [ ] Cuchuco de cebada
- [ ] Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- [ ] Banano común
- [ ] Borojó
- [ ] Chirimoya
- [ ] Chontaduro
- [ ] Ciruela comú
- [ ] Curuba
- [ ] Feijoa
- [ ] Fresas
- [ ] Granadilla
- [ ] Guanábana
- [ ] Guayaba común
- [ ] Higo
- [ ] Kiwi
- [ ] Arveja verde
- [ ] Ahuyama
- [ ] Cebolla cabezona
- [ ] Mandarina
- [x] Mango
- [ ] Manzana
- [ ] Maracuyá
- [x] Melón
- [ ] Moras
- [ ] Naranja
- [ ] Papaya
- [ ] Pera
- [ ] Piña
- [ ] Tomate de árbol
- [ ] Zapote
- [ ] Lulo jugo
- [ ] Pimentón
- [x] Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- [ ] Leche
- [x] Yogurt
- [x] Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- [ ] Atún enlatado en aceite*
- [ ] Atún enlatado en agua*
- [ ] Carne de res
- [ ] Carne de cerdo
- [ ] Carne de ternera
- [ ] Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- [ ] Filete de trucha
- [ ] Huevo de gallina crudo*
- [ ] Frijol blanco, crudo**
- [ ] Frijol bola roja, crudo**
- [ ] Frijol cargamanto rosado, crudo**
- [ ] Frijol radical, crudo**
- [ ] Garbanzo, crudo**
- [ ] Lenteja común, cruda**
- [ ] Arveja verde seca**
- [ ] Arveja amarilla seca**
- [x] Almendras
- [ ] Marañon tostado sin sal
- [ ] Maní tostado
- [ ] Sacha Inchi
- [x] Frijol cargamanto rojo, crudo**
- [ ] Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlided ATRAPASUEÑOS?

A. Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- ___ Pan Blanco
- ___ Pan de queso horneado
- ___ Galleta dulce sin relleno
- ___ Croissant, de queso, horneado.
- ___ Galletas de soda
- ___ Mojicón, horneado.
- ___ Galletas dulces sin relleno
- ___ Mantecada horneada
- ___ Arepa
- ___ Tungo o envuelto
- ___ Pan de yuca
- ___ Tostada integral
- ___ Almojábana
- ___ Arepa delgada de maíz blanco trillado
- ___ Arepa redonda de maíz blanco trillado
- ___ Arroz blanco, cocido
- ___ Arroz integral, cocido
- ___ Avena en hojuelas
- ___ Cebada perlada cocida
- ___ Arroz sopero
- ___ Hojuelas de maíz
- ___ Crispetas - Maíz pira
- ___ Galletas integrales
- ___ Galletas con sabor a queso
- ___ Galletas sandwich de chocolate
- ___ Galletas tipo wafer
- ___ Cucas
- ___ Harina de arroz blanco
- ___ Pasta corta, cocida
- ___ Pan integral
- ___ Tostada integral
- ___ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- ___ Ñame sin cáscara cocido
- ___ Yuca blanca cruda
- ___ Batata cocida sin cáscara
- ___ Cereal en aros
- ___ Papa común cocida
- ___ Papa criolla cocida
- ___ Harina de plátano
- ___ Plátano verde sin cáscara
- ___ Plátano colí o guineo crudo
- ___ Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- ___ Cuchuco de cebada
- ___ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- ___ Banano común
- ___ Borojó
- ___ Chirimoya
- ___ Chontaduro
- ___ Ciruela comù
- ___ Curuba
- ___ Feijoa
- ___ Fresas
- ___ Granadilla
- ___ Guanábana
- ___ Guayaba común
- ___ Higo
- ___ Kiwi
- ___ Arveja verde
- ___ Ahuyama
- ___ Cebolla cabezona
- ___ Mandarina
- ___ Mango
- ___ Manzana
- ___ Maracuyá
- ___ Melón
- ___ Moras
- ___ Naranja
- ___ Papaya
- ___ Pera
- ___ Piña
- ___ Tomate de árbol
- ___ Zapote
- ___ Lulo jugo
- ___ Pimentón
- ___ Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- ___ Leche
- ___ Yogurt
- ___ Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- ___ Atún enlatado en aceite*
- ___ Atún enlatado en agua*
- ___ Carne de res
- ___ Carne de cerdo
- ___ Carne de ternera
- ___ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- ___ Filete de trucha
- ___ Huevo de gallina crudo*
- ___ Frijol blanco, crudo**
- ___ Frijol bola roja, crudo**
- ___ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- ___ Frijol radical, crudo**
- ___ Garbanzo, crudo**
- ___ Lenteja común, cruda**
- ___ Arveja verde seca**
- ___ Arveja amarilla seca**
- ___ Almendras
- ___ Marañon tostado sin sal
- ___ Maní tostado
- ___ Sacha Inchi
- ___ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- ___ Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- X **A.** Refrigerio reforzado
- **B.** Olla comunitaria
- **C.** Refrigerio preparado ensitio
- **D.** Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- X Pan Blanco
- _____ Pan de queso horneado
- _____ Galleta dulce sin relleno
- _____ Croissant, de queso, horneado.
- _____ Galletas de soda
- X Mojicón, horneado.
- _____ Galletas dulces sin relleno
- X Mantecada horneada
- _____ Arepa
- _____ Tungo o envuelto
- _____ Pan de yuca
- _____ Tostada integral
- _____ Almojábana
- _____ Arepa delgada de maíz blanco trillado
- _____ Arepa redonda de maíz blanco trillado
- _____ Arroz blanco, cocido
- _____ Arroz integral, cocido
- _____ Avena en hojuelas
- _____ Cebada perlada cocida
- _____ Arroz sopero
- _____ Hojuelas de maíz
- _____ Crispetas - Maíz pira
- X Galletas integrales
- X Galletas con sabor a queso
- _____ Galletas sandwich de chocolate
- _____ Galletas tipo wafer
- X Cucas
- _____ Harina de arroz blanco
- _____ Pasta corta, cocida
- _____ Pan integral
- _____ Tostada integral
- _____ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- _____ Ñame sin cáscara cocido
- _____ Yuca blanca cruda
- _____ Batata cocida sin cáscara
- _____ Cereal en aros
- _____ Papa común cocida
- _____ Papa criolla cocida
- _____ Harina de plátano
- _____ Plátano verde sin cáscara
- _____ Plátano colí o guineo crudo
- _____ Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- _____ Cuchuco de cebada
- _____ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- _____ Banano común
- _____ Borojó
- _____ Chirimoya
- _____ Chontaduro
- _____ Ciruela comú
- _____ Curuba
- _____ Feijoa
- _____ Fresas
- _____ Granadilla
- _____ Guanábana
- _____ Guayaba común
- _____ Higo
- _____ Kiwi
- _____ Arveja verde
- _____ Ahuyama
- _____ Cebolla cabezona
- X Mandarina
- X Mango
- _____ Manzana
- _____ Maracuyá
- _____ Melón
- _____ Moras
- X Naranja
- _____ Papaya
- _____ Pera
- _____ Piña
- _____ Tomate de árbol
- _____ Zapote
- _____ Lulo jugo
- _____ Pimentón
- _____ Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- _____ Leche
- X Yogurt
- _____ Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- _____ Atún enlatado en aceite*
- _____ Atún enlatado en agua*
- _____ Carne de res
- _____ Carne de cerdo
- _____ Carne de ternera
- _____ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- _____ Filete de trucha
- _____ Huevo de gallina crudo*
- _____ Frijol blanco, crudo**
- _____ Frijol bola roja, crudo**
- _____ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- _____ Frijol radical, crudo**
- _____ Garbanzo, crudo**
- _____ Lenteja común, cruda**
- _____ Arveja verde seca**
- _____ Arveja amarilla seca**
- _____ Almendras
- _____ Marañon tostado sin sal
- X Maní tostado
- _____ Sacha Inchi
- _____ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- _____ Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

B **A.** Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

X Pan Blanco	X Galletas integrales
X Pan de queso horneado	Galletas con sabor a queso
Galleta dulce sin relleno	Galletas sandwich de chocolate
Croissant, de queso, horneado.	Galletas tipo wafer
Galletas de soda	Cucas
Mojicón, horneado.	Harina de arroz blanco
X Galletas dulces sin relleno	X Pasta corta, cocida
Mantecada horneada	X Pan integral
Arepa	X Tostada integral
Tungo o envuelto	Arracacha sin cáscara cruda 96 1
Pan de yuca	Ñame sin cáscara cocido
Tostada integral	Yuca blanca cruda
Almojábana	Batata cocida sin cáscara
Arepa delgada de maíz blanco trillado	Cereal en aros
Arepa redonda de maíz blanco trillado	Papa común cocida
Arroz blanco, cocido	Papa criolla cocida
Arroz integral, cocido	Harina de plátano
Avena en hojuelas	Plátano verde sin cáscara
Cebada perlada cocida	Plátano colí o guineo crudo
Arroz sopero	Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
Hojuelas de maíz	Cuchuco de cebada
Crispetas - Maíz pira	Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

Banano común	X Mandarina
Borojó	X Mango
Chirimoya	X Manzana
Chontaduro	Maracuyá
Ciruela comú	Melón
Curuba	Moras
Feijoa	Naranja
Fresas	Papaya
Granadilla	Pera
Guanábana	Piña
Guayaba común	Tomate de árbol
Higo	Zapote
Kiwi	Lulo jugo
Arveja verde	Pimentón
Ahuyama	Durazno
Cebolla cabezona	

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- Leche
- Yogurt
- X Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

Atún enlatado en aceite*	Frijol radical, crudo**
Atún enlatado en agua*	Garbanzo, crudo**
Carne de res	Lenteja común, cruda**
Carne de cerdo	Arveja verde seca**
Carne de ternera	Arveja amarilla seca**
Pechuga de pollo sin hueso ni piel	X Almendras
Filete de trucha	Marañon tostado sin sal
Huevo de gallina crudo*	X Maní tostado
Frijol blanco, crudo**	Sacha Inchi
Frijol bola roja, crudo**	Frijol cargamanto rojo, crudo**
Frijol cargamanto rosado, crudo**	X Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Sabanalarga
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- X **A.** Refrigerio reforzado
- **B.** Olla comunitaria
- **C.** Refrigerio preparado ensitio
- **D.** Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios.

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- X Pan Blanco
- X Pan de queso horneado
- _____ Galleta dulce sin relleno
- _____ Croissant, de queso, horneado.
- _____ Galletas de soda
- _____ Mojicón, horneado.
- _____ Galletas dulces sin relleno
- _____ Mantecada horneada
- _____ Arepa
- _____ Tungo o envuelto
- _____ Pan de yuca
- _____ Tostada integral
- _____ Almojábana
- _____ Arepa delgada de maíz blanco trillado
- _____ Arepa redonda de maíz blanco trillado
- _____ Arroz blanco, cocido
- _____ Arroz integral, cocido
- _____ Avena en hojuelas
- _____ Cebada perlada cocida
- _____ Arroz sopero
- _____ Hojuelas de maíz
- _____ Crispetas - Maíz pira
- X Galletas integrales
- X Galletas con sabor a queso
- X Galletas sandwich de chocolate
- _____ Galletas tipo wafer
- _____ Cucas
- _____ Harina de arroz blanco
- _____ Pasta corta, cocida
- _____ Pan integral
- _____ Tostada integral
- _____ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- _____ Ñame sin cáscara cocido
- _____ Yuca blanca cruda
- _____ Batata cocida sin cáscara
- _____ Cereal en aros
- _____ Papa común cocida
- _____ Papa criolla cocida
- _____ Harina de plátano
- _____ Plátano verde sin cáscara
- _____ Plátano colí o guineo crudo
- _____ Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- _____ Cuchuco de cebada
- _____ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- X Banano común
- _____ Borojó
- _____ Chirimoya
- _____ Chontaduro
- _____ Ciruela comú
- _____ Curuba
- _____ Feijoa
- _____ Fresas
- _____ Granadilla
- _____ Guanábana
- _____ Guayaba común
- _____ Higo
- _____ Kiwi
- _____ Arveja verde
- _____ Ahuyama
- _____ Cebolla cabezona
- X Mandarina
- X Mango
- X Manzana
- _____ Maracuyá
- _____ Melón
- _____ Moras
- _____ Naranja
- _____ Papaya
- _____ Pera
- _____ Piña
- _____ Tomate de árbol
- _____ Zapote
- _____ Lulo jugo
- _____ Pimentón
- _____ Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- _____ Leche
- X Yogurt
- X Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- _____ Atún enlatado en aceite*
- _____ Atún enlatado en agua*
- _____ Carne de res
- _____ Carne de cerdo
- _____ Carne de ternera
- _____ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- _____ Filete de trucha
- _____ Huevo de gallina crudo*
- _____ Frijol blanco, crudo**
- _____ Frijol bola roja, crudo**
- _____ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- _____ Frijol radical, crudo**
- _____ Garbanzo, crudo**
- _____ Lenteja común, cruda**
- _____ Arveja verde seca**
- _____ Arveja amarilla seca**
- X Almendras
- _____ Marañon tostado sin sal
- X Maní tostado
- _____ Sacha Inchi
- _____ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- X Coco deshidratado

Powered by CamScanner